

# Спортивна діяльність як важливий чинник формування вольових якостей у інвалідів з порушенням опорно-рухового апарату

**Ю.А. Ковальова, ст. викл.**

*Кіровоградський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка*

Світова статистика сумно свідчить, що кожний десятий мешканець Землі є інвалідом, причинами цього є інфекційні і спадкові захворювання, вроджені дефекти, екологічні катастрофи, нещасні випадки, травми та інше. Нині в Україні нараховується їх понад 2 млн (близько 6 %). Гуманізація людського суспільства є одним з основних показників розвитку кожної цивілізації. Тому одним із критеріїв ступеню гуманізації є турбота про якість життя людей, обділених природою. В останні десятиріччя особлива увага суспільства спрямована на проблему соціальної та фізичної реабілітації неповносправних людей засобами фізичного виховання з метою відновлення здоров'я. Фізичні вправи допомагають навчанню необхідним у житті вмінням і навичкам, сприяють відновленню і розширенню діапазону рухової активності і формуванню багатьох позитивних рис характеру.

Багаторічний досвід світової практики роботи з інвалідами переконливо свідчить, що саме фізична культура і спорт є для цього контингенту людей найбільш ефективним засобом реабілітації та відновлення, що найбільш повноцінно забезпечує соціальну, психологічну і фізичну адаптацію до життя.

Визнанням цих положень стало широке розповсюдження і розвиток інвалідного спорту – “Інваспорт”. Про це красномовно свідчить той факт, що на сьогодні по лінії міжнародної федерації “Інваспорту” регулярно проводяться чемпіонати Європи, світу. Паралельно з літніми та зимовими Олімпійськими іграми проводяться ігри для інвалідів: Паралімпійські та Дефлімпійські ігри.

В той же час активний розвиток інваспорту у світі і в Україні потребує вирішення цілого комплексу наукових, методичних та організаційних питань. В багатьох роботах фрагментарно розглядається, насамперед, питання фізичної реабілітації та спортивного тренування інвалідів засобами фізичної культури і спорту, і взагалі не береться до уваги роль та значення волі і вольової підготовки в цьому процесі. Але вивчення аспектів вольової підготовки в системах реабілітаційного тренування В.Дікуля, Ю.Власова, Б.Толкачова та інших переконливо свідчить, що саме вольові якості інвалідів є тією рушійною і вирішальною силою, яка забезпечує реалізацію потенціалу фізичної реабілітації, що закладений в цих найбільш ефективних за результатами, та не скрізь офіційно визнаних системах. Тому це ставить завдання дослідження проблеми формування у спортсменів-інвалідів фізичної сили та вольових якостей в їх взаємозв'язку, що загалом позитивно позначиться як на суто спортивних результатах, так і на різних аспектах соціальної та психофізичної реабілітації.

Аналіз вітчизняних та зарубіжних досліджень свідчать про те, що в науці створені певні передумови досліджень проблеми. Теоретичні аспекти, присвячені загальним проблемам педагогіки та психології волі та вольових якостей, розглядалися в працях Л.С. Вигодського, К.М. Корнілова, О.М. Леонтьєва, С.Л. Рубінштейна, В.І. Селіванова та ін. Були досліджені проблеми розвитку вольових якостей у дитячій психології (Л.В. Артемова, Л.І. Божовіч, О.В. Запорожець, Г.С. Костюк, В.К. Котирло та ін.); різні аспекти вольової підготовки у психології спорту та основ спортивного тренування (К.П. Жаров,

А.Ц. Пуні, П.А. Рудік, М.І. Станкін та ін.), а також аналізувались наукові розробки з питань виховання вольових якостей в умовах рухової діяльності (Є.А. Александрян, Н.А. Кот, С.А. Поліщук, О.О.Сагайдачна, С.І. Хусанходжаєва та ін.).

У системі занять спортивна діяльність виступає виховним простором, в якому спортсмени-інваліди мають можливість проявити вольові якості і характер, пред'явити соціуму свої спортивні досягнення і відчутти власну гідність. Проте проблема формування вольових якостей спортсменів-інвалідів у процесі спортивної діяльності не досліджувалася. Це спонукало до організації дослідження формування вольових якостей у осіб з особливими потребами в процесі спортивної діяльності. Було зроблено припущення, що формування вольових якостей неповносправних людей у процесі спортивної діяльності буде успішним, якщо в спортивно-виховному процесі реалізуються такі педагогічні умови: розроблена методика індивідуальних занять буде спрямована на корекцію хвороби, яка виникла в результаті порушень та відновлення роботи м'язів, які найбільш уражені; націлена на самоорганізацію діяльності та саморегуляцію поведінки спортсмена-інваліда (визначаються перспективні нормативи); організована взаємодія тренера-викладача з батьками, що забезпечує загальний і диференційований підхід до виховання вольових якостей у спільній діяльності сім'ї та тренера; організована діяльність інвалідів, яка створює виховний простір і можливість прояву, розвитку, закріплення вольових якостей.

У результаті проведеного дослідження встановлено, що спортивна діяльність є важливим чинником формування вольових якостей, тобто застосовуючи розроблену методику організації та проведення тренувального процесу, можна спрямовано розвивати вольові якості спортсменів-інвалідів з ураженнями опорно-рухового апарату. Аналіз статистичних даних, отриманих у ході дослідно-експериментальної роботи, дозволив зробити наступні висновки відносно ефективності реалізованих умов формування вольових якостей у спортсменів-інвалідів з порушенням ОРА під час спортивної діяльності:

1. Надзвичайно важливим для побудови процесу реабілітаційного тренування є те, що саме нервові і нейро-гуморальні регуляції є основним механізмом у дії фізичних вправ на центральну нервову систему. Адекватне застосування навантажень сприяє відновленню порушеної рівноваги між основними процесами ЦНС - збудження і гальмування, створенню вірних кортико-вісцеральних взаємовідносин.

2. Вольові процеси як складові механізму управління довільними діями людини розвиваються у взаємозв'язку з руховою функцією спортсменів – інвалідів.

3. Комплексний розвиток вольових і рухових якостей позитивно впливає на функціональний стан нервово-м'язового апарату, що підтверджується змінами як показників мінімального порогу чутливості /МПЧ/ та порогу болювого синдрому /ПБС/, так і спрямованістю цих змін. Це свідчить про те, що тренувальний процес носить виражений реабілітаційний характер.

4. У досліджуваних вольові процеси мають тенденцію до спрямованого та гармонійного розвитку на фоні підвищення основних рухових якостей.

5. Процес формування вольових якостей інвалідів зумовлений характером взаємодії тренера-викладача з батьками, що забезпечує диференційований підхід до виховання вольових якостей у спільній діяльності.

Важко переоцінити гуманістичний сенс різноманітних спортивних змагань осіб з особливими потребами. Вони дозволяють людям, які обділені долею, повернутися в суспільство, а в окремих випадках – позбутися недуги за допомогою спорту.